

# COLLOQUE 1000 PREMIERS JOURS

## RESSOURCES

### Ressources (Ouvrages, rapports, articles)

### Colloque « 1000 premiers jours – Soutenir des environnements favorables au bien-être des familles » 30 Novembre 2023

#### **Dr Boris CYRULNIK**

##### Article

DEHAENE-LAMBERTZ Ghislaine, CYRULNIK Boris, ALESSANDRIN Arnaud (et al.), Du premier âge à l'adolescence. Comment les enfants voient le monde. Dossier, Grands dossiers des sciences humaines, n° 72, 2023-09, 78 p.

Commentaire : Ce numéro spécial traite de la façon dont les identités enfantines se forment, du poids des déterminismes familiaux et sociaux dans le développement de l'enfant, des stratégies qu'ils inventent pour faire face aux obstacles qui se dressent devant eux, des facteurs nécessaires à leur bien-être... Les articles convoquent les recherches et les travaux les plus récents des spécialistes de l'enfance, dans tous les domaines qui concernent cet âge de la vie : psychologie, neurosciences, ethnologie, sociologie, et sciences de la communication.

---

##### Ouvrage

RUBY Chloé, ROCHEGUDE Anne-Sophie, CYRULNIK Boris, Libre exploration éducative, Philippe Duval, 2019, 367 p.

Commentaire : Cet ouvrage s'appuyant sur des recherches scientifiques (neurosciences, psychologie), des apports historiques issus de la pédagogie et de la philosophie comme des observations du quotidien offre aux parents et professionnels des repères théoriques, pratiques et praticables sur l'éducation de l'enfant.

---

Ouvrage

COUTANCEAU Roland, CYRULNIK Boris, BENNEGADI Rachid (et al.), Santé mentale et société, Dunod, 2017, 203 p.

Commentaire : Cet ouvrage se propose de traiter quelques thématiques de santé mentale. Des psychologues montrent comment dans les relations de couple, au sein de la famille, dans la sphère professionnelle ou les situations d'exil, la santé mentale peut être atteinte et comment les patients peuvent mobiliser leurs qualités psychiques afin de retrouver l'équilibre et le plaisir relationnel.

---

Article

PIERREHUMBERT Blaise, CYRULNIK Boris, RASSE Miriam (et al.), Que savons-nous du bébé ? Dossier, Journal des professionnels de la petite enfance, n° 89, 2014-07, 96 p.

---

Article

CYRULNIK Boris, L'attachement : conférence inaugurale de Boris Cyrulnik, Journal des professionnels de la petite enfance, n° 87, 2014-03, pp. 46-47

---

Ouvrage

SZEJER Myriam, CYRULNIK Boris, GOLSE Bernard, Les enfants d'aujourd'hui. Quoi de neuf chez les 0-7 ans ? Bayard, 2007, 111 p.

Commentaire : Réflexions de trois spécialistes de l'enfant qui sur les trois grandes étapes de son développement à l'époque actuelle : lors des premiers liens tissés avec ses parents, quand il fait ses premiers apprentissages, enfin quand l'enfant affronte les premières situations à risques.

---

Ouvrage

CYRULNIK Boris, Les vilains petits canards, Odile Jacob, 2001, 241 p.

Commentaire : Boris Cyrulnik propose ici une analyse du concept de résilience. Il nous montre comment ce processus se met en place dès la petite enfance, avec le tricotage des liens affectifs puis l'expression des émotions.

---

Ouvrage

CYRULNIK Boris, Boris Cyrulnik et la petite enfance, Philippe Duval, 2016, 591 p.

Commentaire : Cet ouvrage compile des écrits de 40 spécialistes du développement de l'enfant. Sommeil, langage, alimentation, développement, émotion, pédagogie, attachement, éducation, société, famille... sont ainsi mis en avant. Cette encyclopédie est accompagnée d'un DVD. Elle s'adresse aux parents et aux professionnels pour découvrir comment le jeune enfant vit son rapport au monde, aux autres, à lui-même.

---

Ouvrage

CYRULNIK Boris, Les nourritures affectives, Odile Jacob, 2000, 252 p.

Commentaire : Ce livre examine, depuis le stade fœtal jusqu'à la vieillesse les pathologies affectives qui sont à l'origine des troubles de la socialisation des individus.

---

Ouvrage

CYRULNIK Boris, La naissance du sens, Hachette, 1995, 168 p.

---

**Professeur Olivier PREVOT**

Prévôt, O. (2023). Coéducation et territoire(s) : un campus des alliances éducatives et d'inclusion sociale pour mieux répondre aux besoins des enfants et de leurs parents. La revue internationale de l'éducation familiale, 51 (à paraître).

Neyrand, G. (2022). Innovations, tensions et perspectives du soutien à la parentalité en France. *Recherches familiales*, 19, 7-18. <https://doi.org/10.3917/rf.01.9.0011>

Jellab, A. (2021). Le confinement et l'école d'après : Les enseignements d'une expérience inédite. *Administration & Éducation*, 169, 23-31. <https://doi.org/10.3917/admed.169.0023>

Prévôt, O. (2014). La loi pour la refondation de l'école en France : Quels nouveaux rapports entre famille, école et temps libre ? *Revue internationale de l'éducation familiale*, 36, n°2, p. 15-33.

Prévôt, O. (2013). Promouvoir la santé dès la petite enfance, Accompagner la parentalité. Sous la direction de N. Houzelle. Saint-Denis : INPES, coll. Santé en action.

Rayna, S., Rubio, M. & Scheu, H. (2010). Parents-professionnels : la coéducation en questions. *Éres*. <https://doi.org/10.3917/eres.scheu.2010.01>

Prévôt, O. et All. (2010). Intervenir auprès des parents, réfléchir, construire et expérimenter des projets dans un contexte européen, Paris, Familles rurales (Ed.).

### **Docteur Pierre SOUVET**

200 alertes santé environnement - Les substances... de Pierre Souvet - Grand Format - Livre - Decitre

Guide du cabinet de santé écoresponsable : Prendre soin de l'environnement pour la santé de chacun.

Préface du Dr Pierre Souvet. Postface du Dr Sébastien Denys Broché – Grand livre, 21 octobre 2021 de Alice Baras (Auteur)

Site de l'ASEF : Présentation de l'Association Santé Environnement France par le mot du Président de l'association | Association Santé Environnement France ([asef-asso.fr](http://asef-asso.fr))

### **LES 1000 PREMIERS JOURS**

Ouvrage

ROEHRIG Corinne, Les 1000 premiers jours de bébé : comprendre et accompagner son enfant dans ses premiers apprentissages, Larousse, 2023-04, 251 p.

Commentaire : Cet ouvrage accompagne les parents, des premiers mois de grossesse aux 2 ans de l'enfant. Il a pour objectif de sensibiliser sur la période des 1000 premiers jours, période capitale pour le développement de l'enfant et des parents. Il aborde les transformations du corps, les phases de développement du fœtus, les premiers contacts avec son bébé, les débuts de l'attachement, les soins au quotidien, le développement psychomoteur, l'importance du sommeil, les compétences parentales... Il apporte des informations visuelles sous formes d'infographies comme la croissance du cerveau, les rythmes du sommeil, la diversification alimentaire ainsi qu'un éclairage des neurosciences.

---

Rapport

BON-GEORGES Vincent, Rester en bonne santé tout au long de sa vie #JagispourmaSante. Etat des lieux 2021 des actions du PNSP liées aux "mesures phares", Ministère des solidarités et de la santé, 2022, 84 p.

Commentaire : Cette publication réalise un état des lieux 2021 et un focus sur les 73 actions liées aux mesures phares du Plan national de santé publique (PNSP) dit "priorité prévention". Constituant le premier plan interministériel abordant tous les déterminants de la santé selon une

approche cycle de la vie, le PNSP est la déclinaison opérationnelle de l'axe 1 de la Stratégie nationale de santé. Les actions se répartissent selon les 4 périodes suivantes : une grossesse en pleine santé et les 1000 premiers jours garants de la suite ; la santé des enfants et des jeunes ; la santé des adultes de 25 à 65 ans ; bien vieillir et prévention de la perte de l'autonomie.  
[https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/bilan\\_pns\\_p\\_mesures\\_phares\\_-\\_annee\\_2021.pdf](https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/bilan_pns_p_mesures_phares_-_annee_2021.pdf)

---

#### Article

SMITH Joanna, Addictions : impact des 1000 premiers jours de vie sur la régulation des émotions, *Psychotropes*, vol. 28 n° 3-4, 2022, pp. 29-44

---

#### Actes

DUGNAT Michel, POINSO François, LECHEVALLIER-HAMDAOUI Neijma (et al.), Tout commence ici. Actes de la journée francophone et européenne de psypérinatalité du 18 novembre 2021, En actes(s) éditions, 2022, 307 p.

Commentaire : Ce livre propose un instantané des chantiers engagés en psypérinatalité à différentes échelles territoriales en Vaucluse et en France. Ancrés dans le territoire du Comtat Venaissin et centrés sur le Vaucluse, département rural, pauvre et inégalitaire, ces actes proposent de comprendre la synergie entre une ambition récente, celle de la politique des "1000 premiers jours" et des initiatives plus anciennes. Ils abordent les défis à relever en psypérinatalité notamment les entretiens prénataux précoces, les dispositifs de prévention parentalité périnatalité ou encore l'entretien postnatal précoce. L'ouvrage est complété par un annuaire des dispositifs de soins parents/bébés en Europe et une liste d'acronyme.

---

#### Didacticiel

OSSES Jennifer, WEISSMANN Ragnar, La graine du bonheur. Grossesse en bonne santé, Objectif santé environnement, 2022, 20 p.

Commentaire : Ce livret ressources inspiré du concept des "1000 premiers jours pour la santé" a pour thématique la prévention et la promotion de la santé précoce lié à la périnatalité. Il s'adresse aux animateurs/acteurs de terrains afin que ceux-ci, sensibilisent, informent et accompagnent de façon ludique les futurs jeunes parents, en s'appuyant sur les deux supports proposés par le livret (dont des capsules vidéo et des fiches d'animation). Ces ressources permettent d'accompagner la réflexion individuelle et/ou collective à propos des changements de pratiques durables, favorables à la santé.

[objectifsanteenvironnement.com/wp-content/uploads/2022/06/Livret-ressource-GraineduBonheur-2022.pdf](https://objectifsanteenvironnement.com/wp-content/uploads/2022/06/Livret-ressource-GraineduBonheur-2022.pdf)

---

#### Ouvrage

SMITH Joanna, Le grand livre des 1000 premiers jours de vie. Développement - Trauma - Approche thérapeutique, Dunod, 2021, 364 p.

Commentaire : Cet ouvrage, à destination des professionnels accompagnant les parents d'enfant(s) de 0 à 2 ans ou en période périnatale, a pour objectif de diffuser des données issues des neurosciences, de l'épigénétique, de l'éthologie (étude du comportement), des recherches sur l'attachement et de la psychothérapie compris dans le développement cérébral au cours des 1000 premiers jours de vie d'un enfant. L'ouvrage met ainsi en exergue une synthèse de travaux éclairant les disparités entre fille et garçon concernant certains troubles psychologique (spectre autistique, schizophrénie précoce, TDAH,...). Il présente également des interventions de prévention tels que la Consultation d'Information de Conseils et d'Orientation (CICO) ou se rapportant au projet Compétences parentales et Attachement dans la Petite Enfance (CAPEDP), afin d'accompagner les personnes ayant un désir d'enfant ou femmes enceintes, souffrant de troubles psychiques. Enfin, trois propositions thérapeutiques sont développées : la Theraplay, le Lifespan Intégration (ICV) et l'EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing, c'est à dire désensibilisation et retraitement par les mouvements oculaires) suivies de recommandations à mettre en oeuvre pour améliorer l'accompagnement des 1000 premiers jours de l'enfant.

---

#### Rapport

Commission "1000 premiers jours", Les 1000 premiers jours. Là où tout commence, Ministère des solidarités et de la santé, 2020-09, 125 p.

Commentaire : La commission des "1000 premiers jours" composée de 18 spécialistes pluridisciplinaires de la petite enfance, présidée par le neuropsychiatre Boris Cyrulnik, présente un rapport comportant de nombreuses propositions basées sur les apports de la science. L'objectif est d'alimenter une politique publique de la petite enfance et de construire un véritable parcours individualisé et adapté aux fragilités et spécificités de l'enfant et de ses parents pendant les 1000 premiers jours, période sensible et déterminante. La commission émet des recommandations et des propositions ambitieuses concernant les enfants et les parents ainsi que les professionnels et la société tout entière.

<https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/rapport-1000-premiers-jours.pdf>

---

#### Rapport

ROY Sylvie, RAYNAULT Marie-France, LAFONTAINE Ginette, *Intervenir en nutrition durant les 1000 premiers jours de vie pour réduire les ISS*, REFIPS, 2020-01-01, 83 p.

Commentaire : Ce module a été réalisé dans le cadre d'un stage de maîtrise en santé publique de l'École de santé publique de l'Université de Montréal. Le contenu est le fruit d'une revue de la littérature (grise et blanche) et d'entrevues avec cinq experts. Sept chapitres composent le document : la définition du concept des 1000 premiers jours ; les raisons motivant l'intervention en nutrition durant cette période de la vie ; les déterminants sociaux liés à la malnutrition ; des recommandations pour mettre en oeuvre des actions ; des questions pour orienter la réflexion ; une boîte à outils et des références bibliographiques.

<https://refips.org/wp-content/uploads/2021/02/Intervenir-en-nutrition-dans-les-1000-premiers-jours-de-vie-pour-r%C3%A9duire-les-ISS.pptx>

### **ALIMENTATION 1000 PREMIERS JOURS**

#### Rapport

CAMIER Aurore, *Alimentation de la première année et croissance de l'enfant*, Sorbonne Université, 2022-01, 229 p.

Commentaire : L'objectif principal de cette thèse était de caractériser l'alimentation de la 1ère année de vie, dans sa complexité, pour étudier ses liens avec la croissance de l'enfant. La première partie est consacrée à la caractérisation des pratiques d'alimentation infantile pour mettre en évidence les liens entre l'allaitement et les autres pratiques d'alimentation dans la première année de vie tout en s'intéressant aussi aux caractéristiques familiales associées à ces pratiques. Dans une seconde partie, l'auteur étudie les liens entre l'alimentation de la 1ère année de vie et la croissance staturo-pondérale des enfants jusqu'à 5 ans et certains marqueurs de la dynamique de la croissance comme le pic et le rebond d'adiposité. Une des hypothèses suggérées pour expliquer les résultats sur l'allaitement et la croissance repose sur l'effet des apports précoces en protéines. La troisième partie est ensuite consacrée à l'influence de la teneur en protéines des préparations infantiles disponibles sur le marché sur la croissance jusqu'à 2 ans afin d'explorer ce mécanisme.

<https://tel.archives-ouvertes.fr/tel-03696704/document>

---

#### Ouvrage

PERETTI Noël, BRIEND André, DUPONT Christophe, *Alimentation de l'enfant et de l'adolescent*, Elsevier masson, n° 64, 2022, 413 p.

Commentaire : Cet ouvrage, rédigé sous l'égide du Comité de nutrition de la Société française de pédiatrie décrit dans une première partie les généralités sur la nutrition et les nutriments ainsi que l'alimentation liée à la religion et au jeûne. Il détaille ensuite l'alimentation de l'enfant, traitant de l'allaitement maternel, de l'alimentation à l'adolescence, des régimes végétariens, végétaliens et du sportif ainsi que de l'impact de la pollution et des perturbateurs endocriniens. Enfin, dans la 3ème partie, les auteurs abordent l'ensemble des particularités de l'enfant malade. [Résumé d'après auteurs]

---

#### Article

DEBONNET Serena, EMBO Micke, *Les interventions éducatives et de soutien favorisent-elles l'allaitement maternel dans la durée chez les mères primipares ?*, Minerva, vol. 20 n° 10, 2021-12, pp. 123-127

Article

MITHA Ayoub, KAMINSKI Monique, PIERRAT Véronique, Allaitement à la sortie d'hospitalisation des enfants nés prématurément et politiques des unités néonatales : données de la cohorte nationale française Epipage-2, BEH, n° 28, 2020-10-27, pp. 562-570

[http://beh.santepubliquefrance.fr/beh/2020/28/pdf/2020\\_28.pdf](http://beh.santepubliquefrance.fr/beh/2020/28/pdf/2020_28.pdf)

---

Ouvrage

A table tout le monde ! Alimentation et activité physique des enfants de 0-3 ans, ARS Pays de la Loire, Conseil départemental de Loire-Atlantique, CAF de Loire-Atlantique, Structure régionale d'appui et d'expertise en nutrition des Pays de la Loire, 2019-02, 19 p.

Commentaire : Ce guide, à destination des assistant(e)s maternel(le)s et des parents, est le fruit d'une collaboration d'assistant(e)s maternel(le)s, de parents et d'un groupe d'experts. Il permet d'aborder les sujets de l'alimentation, de l'environnement des repas et de l'activité physique et de prévenir ainsi les troubles liés à l'alimentation en se posant des questions et en disposant de pistes de réponses. Il aborde notamment les habitudes alimentaires des enfants, la diversification alimentaire, la préparation des repas, les règles pendant les repas... Il est complété par des messages clés sous l'angle de l'apprentissage et des comportements alimentaires. Une vidéo autour de l'éveil alimentaire a par ailleurs été réalisée et mise en ligne sur le site de la Structure régionale d'appui et d'expertise nutrition ([www.sraenutrition.fr](http://www.sraenutrition.fr)).

[https://assmat.loire-atlantique.fr/upload/docs/binary/octet-stream/2019-07/livret\\_a\\_table\\_tout\\_le\\_monde\\_2019.pdf](https://assmat.loire-atlantique.fr/upload/docs/binary/octet-stream/2019-07/livret_a_table_tout_le_monde_2019.pdf)

---

Ouvrage

SANTERRE Marie-Josée, FORTIN Cécile, CHARETTE Christiane (et al.), Allaitement. Information périnatale, INSPQ, 2018-11, 40 p.

Commentaire : Ce document est outil de référence rassemblant de l'information validée scientifiquement, mise à jour et reflétant un consensus de pratiques sur l'allaitement. Il est destiné aux intervenants et professionnels qui accompagnent les futurs parents dans le contexte de rencontres prénatales de groupe et des suivis individuels sur la promotion et le soutien de l'allaitement.

<https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/documents/information-perinatale/allaitement.pdf>

---

Article

ROBERT Emmanuelle, L'allaitement maternel, encore et toujours sous influences ? Dossier, Education santé, n° 348, 2018-10, pp. 6-11

[http://educationsante.be/media/filer\\_public/04/38/04389b34-18a4-4443-9dc8-cd6a1463ebbb/es\\_348\\_oct18\\_lr.pdf](http://educationsante.be/media/filer_public/04/38/04389b34-18a4-4443-9dc8-cd6a1463ebbb/es_348_oct18_lr.pdf)

---

Article

TICHIT Christine, KERSUZAN Claire, DHUOT Raphaël (et al.), Structuration sociale de l'alimentation périnatale en France. Synthèse des résultats de la cohorte Elfe, Revue des politiques sociales et familiales, n° 129-130, 2018-10, pp. 99-107

[https://www.persee.fr/doc/caf\\_2431-4501\\_2018\\_num\\_129\\_1\\_3327](https://www.persee.fr/doc/caf_2431-4501_2018_num_129_1_3327)

---

Article

CASTEL Bérénice, BILLEAUD Claude, Alimentation de la mère allaitante, Cahiers de nutrition et de diététique, vol. 52 n° 2, 2017-04, pp. 89-93

---

Ouvrage

DESESSARD Jean-François, NICKLAUS Sophie, L'alimentation des enfants racontée aux parents. Donnez à votre enfant le goût de bien manger..., Editions Quae, 2017, 191 p.

Commentaire : Cet ouvrage décrit l'expérience de son enfance quant à l'alimentation. Il étai ce récit de connaissances scientifiques relatives à ce domaine, en interrogeant également des scientifiques de différentes disciplines. De l'allaitement maternel, à l'alimentation de l'adolescent, en passant par la néophobie alimentaire de l'enfant, ce livre apporte des informations complètes et détaillées sur l'alimentation de l'enfant, depuis le biberon ou le sein, jusqu'aux plats familiaux transmis de génération en génération, en n'omettant pas, à chaque étape, l'aspect culturel.

---

#### Article

Deux nouveau-nés sur trois sont allaités à la naissance, Etudes et résultats, n° 958, 2016-04, 6 p.

<http://drees.social-sante.gouv.fr/IMG/pdf/er958.pdf>

---

#### Rapport

En faisons-nous assez ? Un rapport de la situation des politiques publiques canadiennes et de la santé des enfants et des adolescents, Société canadienne de pédiatrie, 2016, 36 p.

Commentaire : Ce rapport de la Société canadienne de pédiatrie évalue les politiques publiques qui touchent les enfants et les adolescents du Canada. Cette 5e édition présente de nouveaux indicateurs, soit la promotion de l'allaitement, les processus d'examen des décès d'enfants et la prise en charge du diabète de type 1 à l'école, et commente les progrès réalisés dans des secteurs évalués en 2012.

<http://www.cps.ca/uploads/status-report/sr16-fr.pdf>

---

#### Rapport

SALANAVE Benoît, DE LAUNAY Catherine, BOUDET-BERQUIER Julie (et al.), Alimentation des nourrissons pendant leur première année de vie. Résultats de l'étude Epifane 2012-2013, InVS, 2016, 61 p.

Commentaire : Ce rapport rend compte de l'étude Epifane (Épidémiologie en France de l'alimentation et de l'état nutritionnel des enfants pendant leur première année de vie). Il analyse un ensemble complet d'indicateurs portant sur l'alimentation lactée (allaitement maternel,

utilisation des préparations pour nourrissons, choix des mères) et sur la diversification alimentaire (quantités et fréquences de consommation des différents types d'aliments). Les résultats soulignent la nécessité de promouvoir l'allaitement maternel et d'encourager sa poursuite, si possible jusqu'à 6 mois, comme le recommande le Programme national nutrition santé (PNNS). Concernant la diversification alimentaire, les résultats montrent que certains aliments mériteraient de faire l'objet de messages spécifiquement adaptés.

<http://invs.santepubliquefrance.fr/fr/Publications-et-outils/Rapports-et-syntheses/Maladies-chroniques-et-traumatismes/2016/Alimentation-des-nourrissons-pendant-leur-premiere-annee-de-vie>

---

#### Ouvrage

LECERF Jean-Michel, SCHLIENGER Jean-Louis, Nutrition préventive et thérapeutique, Elsevier masson, 2016, 337 p.

Commentaire : Cet ouvrage met en avant le rôle clé que joue l'alimentation dans le bien-être, la prévention et le traitement de nombreuses maladies. Il est constitué de deux parties : la partie "Nutrition préventive" présente un état des savoirs sur les constituants des aliments, leur effets sur la santé, les contaminants, les régimes alimentaires, l'équilibre alimentaire. La seconde partie porte sur la nutrition thérapeutique, les principes de la prescription nutritionnelle, l'assistance nutritionnelle, les troubles du comportement alimentaire, les régimes alimentaires particuliers.

---

#### Article

Article

COQUART Julie, Allaitement. Par quelles mères ? Science & santé, n° 23, 2015-01, pp. 34-35

---

Article

DARCHIS Elisabeth, Sein ou biberon ? Journal des professionnels de la petite enfance, n° 79, 2012-11, pp. 22-23

---

Didacticiel

Réseau gardois pour l'allaitement (REGAAL), Favoriser l'allaitement maternel des enfants confiés à un établissement d'accueil du jeune enfant ou chez un(e) assistant(e) maternel(le). Informations pour les professionnels du Languedoc-Roussillon, Naître et grandir en Languedoc Roussillon, 2012, 36 p.

Commentaire : Ce référentiel s'adresse aux professionnels de la petite enfance. Il compile les recommandations nationales et internationales concernant l'allaitement de l'enfant et propose des préconisations pour manipuler le lait maternel. Il a pour but de faciliter la poursuite de l'allaitement maternel après la reprise du travail de la mère et la sécurité nutritionnelle des enfants confiés.

---

Dossier

FABRE Aline, CERDAN Aurélie, CULIS Martine, Nutrition et santé-environnement de la femme enceinte et allaitante, Comité Développement Durable Santé, 2012, 4 p.

Commentaire : Ce dossier s'adresse aux professionnels de santé au contact de la femme enceinte et allaitante. Elaboré par le groupe de travail "nutrition" du Comité développement durable santé (c2ds), il propose un tour d'horizon des connaissances essentielles pour une grossesse et un allaitement réussis, tant d'un point de vue de la nutrition que des facteurs environnementaux.

[https://ziladoc.com/download/sans-titre-2corr-new-iconoindd\\_pdf](https://ziladoc.com/download/sans-titre-2corr-new-iconoindd_pdf)

---

Ouvrage

GASSIER Jacqueline, DAELMAN Chantal, Guide de l'alimentation. De la naissance à l'adolescence, Elsevier masson, 2011, 225 p.

Commentaire : Cet ouvrage est destiné aux professionnels de la petite enfance (assistante maternelle, auxiliaire de puériculture, puéricultrice,...). Il donne des réponses aux questions relatives à l'alimentation de l'enfant de 0 à 18 ans. Il présente les connaissances nécessaires à la prise en charge diététique du nouveau-né, de l'enfant et de l'adolescent jusqu'à l'âge de 18 ans. Structuré en 6 grandes parties il couvre les domaines des besoins et apports nutritionnels : de l'allaitement et de la diversification alimentaire ; de l'adaptation de l'alimentation à l'âge de l'enfant ; des régimes et troubles alimentaires ; des règles d'hygiène, de préparation et de consommation des aliments ; des techniques culinaires et propose des recettes. Chaque chapitre est largement illustré et composé de la même manière : une partie cours, des situations mettant en scène la thématique abordée, des "Mémo" qui éclairent un aspect spécifique du chapitre et des encadrés "Rôle du professionnel" qui indique la conduite à tenir. Enfin des fiches concluent certains chapitres et permettent de rappeler les techniques à maîtriser.

---

Ouvrage

MORTEMARD DE BOISSE Patrick, COUSINARD Adine, THOLOZAN Laurence, Allaitement maternel & développement durable, Gramond, 2010-03, 155 p.

Commentaire : Ce livre rassemble les témoignages de divers intervenants autour du désir de grossesse, d'allaitement et de parentalité. Le témoignage d'une soixantaine de couples de tous niveaux sociaux et de toutes cultures montre la place de l'allaitement au sein de leur famille et comment les jeunes mamans peuvent travailler et s'intégrer dans la société, tout en allaitant leurs enfants.

---

Rapport

ROY Sylvie, RAYNAULT Marie-France, LAFONTAINE Ginette, Intervenir en nutrition durant les 1000 premiers jours de vie pour réduire les ISS, REFIPS, 2020-01-01, 83 p.



Commentaire : Ce module a été réalisé dans le cadre d'un stage de maîtrise en santé publique de l'École de santé publique de l'Université de Montréal. Le contenu est le fruit d'une revue de la littérature (grise et blanche) et d'entrevues avec cinq experts. Sept chapitres composent le document : la définition du concept des 1000 premiers jours ; les raisons motivant l'intervention en nutrition durant cette période de la vie ; les déterminants sociaux liés à la malnutrition ; des recommandations pour mettre en oeuvre des actions ; des questions pour orienter la réflexion ; une boîte à outils et des références bibliographiques.

<https://refips.org/wp-content/uploads/2021/02/Intervenir-en-nutrition-dans-les-1000-premiers-jours-de-vie-pour-r%C3%A9duire-les-ISS.pptx>

---

#### Rapport

Programme national de l'alimentation et de la nutrition, Gouvernement de la République française, 2019-09, 48 p.

Commentaire : Ce programme, objet de ce rapport, est composé de deux plans phares, le Programme national pour l'alimentation (PNA) et le Programme national nutrition santé 2019-2023 (PNNS), élaborés pour 5 ans. Ces deux plans sont portés respectivement par les ministères chargés de l'agriculture et de la santé. D'autres plans viennent également en articulation, en particulier dans le domaine environnemental et s'agissant de la réduction des pathologies en lien avec l'alimentation et l'activité physique. Dans la lignée des Etats généraux de l'alimentation, ce programme contribue à promouvoir des choix alimentaires favorables pour la santé et respectueux de l'environnement et réduire les inégalités d'accès à une alimentation de qualité et durable. Il doit également promouvoir une alimentation durable et solidaire et valoriser la gastronomie française. Il s'articule autour de 6 axes que sont : la promotion d'une alimentation favorable à la santé, durable et solidaire, une plus grande confiance des consommateurs dans notre alimentation, une pratique au quotidien de l'activité physique tout en limitant la sédentarité et enfin la prise en charge des pathologies liées à un déséquilibre nutritionnel. Afin d'assurer un suivi rapproché du déploiement de ces mesures, un comité de pilotage restreint est mis en place pour chacun des programmes, avec les principaux acteurs mobilisés. Une politique de communication cohérente sera développée entre les deux programmes.

<https://agriculture.gouv.fr/telecharger/103094?token=6c43d3c919bbab50941237f93ec4df84ec496deadfbce90218f0148e13fe977a>

---

#### Ouvrage

DORE Nicole, LE HENAFF Danielle, AUDET Chantale (et al.), Mieux vivre avec notre enfant de la grossesse à deux ans. Guide pratique pour les mères et pères 2016, INSPQ, 2016, 772 p.

Commentaire : Ce document est une réédition du guide pratique québécois sur la parentalité réalisée par l'Institut National de Santé Publique du Québec (INSPQ). Il contient une information appuyée scientifiquement sur la grossesse, l'accouchement et les deux premières années de vie de l'enfant (psychologie, alimentation, santé et relations familiales). Les principales nouveautés apportées par cette réédition sont la mise à jour du chapitre consacré aux aliments et des reformulations apportées notamment dans les sections Grossesse, Alimentation et Santé.

---

#### Article

OTMANI Chahinez, IBANEZ Gladys, CHASTANG Julie (et al.), Rôle de l'entourage maternel dans l'initiation de l'allaitement, Santé publique, vol. 27 n° 6, 2015-11, pp. 785-795

---

#### Article

WAGNER Sandra, KERSUZAN Claire, GOJARD Séverine (et al.), Durée de l'allaitement en France selon les caractéristiques des parents et de la naissance. Résultats de l'étude longitudinale française Elfe, 2011, BEH, n° 29, 2015-09-22, pp. 522-532

Commentaire : Réalisée à partir des données de l'étude Elfe (Étude longitudinale française depuis l'enfance), cette étude montre que la durée d'allaitement en France est loin des 6 mois d'allaitement exclusif recommandés par l'Organisation mondiale de la santé (enfants recevant uniquement du lait maternel à l'exclusion de toute autre boisson, y compris de l'eau). Cette

première analyse suggère que les limites à l'allaitement prolongé sont associées à la fois à la situation familiale, à la situation vis-à-vis de l'emploi et à des facteurs liés à l'éducation et à la culture.

[http://beh.santepubliquefrance.fr/beh/2015/29/pdf/2015\\_29\\_1.pdf](http://beh.santepubliquefrance.fr/beh/2015/29/pdf/2015_29_1.pdf)

---

#### Article

WAGNER Sandra, KERSUZAN Claire, GOJARD Séverine (et al.), Durée de l'allaitement en France selon les caractéristiques des parents et de la naissance. Résultats de l'étude longitudinale Française Elfe, 2011, BEH, n° 29, 2015-09-22, pp. 522-532

Commentaire : Cet article présente les résultats de l'étude Elfe 2011 concernant l'allaitement. Il décrit la durée totale de l'allaitement, durée pendant laquelle l'enfant reçoit du lait maternel quels que soient les autres aliments ou boissons associés, et distingue la durée de l'allaitement prédominant, le seul lait reçu par l'enfant. Les auteurs identifient les facteurs socio-culturels, démographiques et économiques associés à la durée d'allaitement.

[http://www.invs.sante.fr/beh/2015/29/pdf/2015\\_29\\_1.pdf](http://www.invs.sante.fr/beh/2015/29/pdf/2015_29_1.pdf)

---

#### Article

BELL Linda, BENOIT Annie, SIMONEAU-ROY Judith (et al.), Les facteurs associés à la poursuite de l'allaitement maternel chez les jeunes mères canadiennes, Santé publique, vol. 27 n° 1, 2015-01, pp. 7-15

---

#### Article

KERSUZAN Claire, GOJARD Séverine, TICHIT Christine (et al.), Prévalence de l'allaitement à la maternité selon les caractéristiques des parents et les conditions de l'accouchement. Résultats de l'enquête Elfe maternité, France métropolitaine, 2011, BEH, 27, 2014-10-07, pp. 440-449

Commentaire : À partir des données de l'étude Elfe (Étude longitudinale française depuis l'enfance), cet article présente la prévalence de l'allaitement à la maternité selon les caractéristiques des parents et les conditions de l'accouchement. L'étude Elfe porte sur plus de 18000 nourrissons nés tout au long de l'année 2011 dans un échantillon aléatoire de maternités de France métropolitaine. Les données portant sur l'alimentation lactée ont été recueillies à la maternité par questionnaire administré en face-à-face par le personnel médical.

[http://www.invs.sante.fr/beh/2014/27/pdf/2014\\_27\\_1.pdf](http://www.invs.sante.fr/beh/2014/27/pdf/2014_27_1.pdf)

---

#### Ouvrage

DORE Nicole, LE HENAFF Danielle, Mieux vivre avec notre enfant de la grossesse à deux ans. Guide pratique pour les pères et les mères 2014, INSPQ, 2014, 780 p.

Commentaire : Ce guide pratique québécois contient une information appuyée scientifiquement sur la grossesse, l'accouchement et les deux premières années de vie de l'enfant (psychologie, alimentation, santé et relations familiales).

<http://www.inspq.qc.ca/mieuxvivre/default.asp>

---

#### Article

Informer sur l'allaitement maternel de futures mamans fragiles, Priorités santé, n° 36, 2013-01, p. 11

Commentaire : Dans les Hautes-Alpes et le Vaucluse, des initiatives se développent pour sensibiliser à l'allaitement maternel les jeunes mamans en difficulté.

[http://www.cres-paca.org/arkotheque/client/crespaca/lien\\_priorite\\_sante.php?ref=36](http://www.cres-paca.org/arkotheque/client/crespaca/lien_priorite_sante.php?ref=36)

---

#### Rapport

TURCK Dominique, Propositions d'actions pour la promotion de l'allaitement maternel. Plan d'action : allaitement maternel, Ministère de la santé et des sports, 2010-06, 40 p.

Commentaire : Ce rapport analyse les conditions d'amélioration de la promotion de l'allaitement maternel en France, à partir de l'analyse de l'audition de 33 structures. Il se compose de deux parties : la première présente les données disponibles sur l'allaitement ; la deuxième partie pose les objectifs d'une politique de promotion de l'allaitement. Les différentes propositions s'inscrivent dans les objectifs spécifiques à l'enfant du Programme national nutrition santé (PNNS).

[https://association-des-lactariums-de-france.fr/wp-content/uploads/plan-action\\_turck\\_2010.pdf](https://association-des-lactariums-de-france.fr/wp-content/uploads/plan-action_turck_2010.pdf)

---

#### Ouvrage

Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES), ROSSIGNOL Claire, MARQUIS-DIERS Flore (et al.), Le guide de l'allaitement maternel, INPES, 2010, 66 p.

Commentaire : Ce guide conçu par des spécialistes de l'allaitement maternel, s'adresse aux femmes qui envisagent d'allaiter leur bébé et leur transmet de très nombreuses informations, en répondant aussi aux questions les plus fréquentes : sur le lien mère-enfant, sur la qualité de ce type d'alimentation dès la naissance et ses avantages, sur la préparation du corps à l'allaitement et sur les meilleures positions pour allaiter avec des illustrations et des schémas, sur la législation du travail en vigueur, sur des appréhensions et des inquiétudes de la part de la mère ou de son entourage. Des informations complémentaires sont disponibles concernant la sexualité, le risque de future grossesse, le déroulement du sevrage, les éventuels problèmes médicaux pouvant survenir. Le document se termine par une liste de ressources et adresses utiles

[https://www.ghsv.org/wp-content/uploads/Guide\\_allaitement.pdf](https://www.ghsv.org/wp-content/uploads/Guide_allaitement.pdf)

#### **BURN-OUT PARENTAL**

#### Article

GUILLIER Elsa, LOOP Laurie, ROSKAM Isabelle (et al.), Burn-out parental ? Dossier, Santé mentale, n° 263, 2021-12, pp. 21-76

---

#### Article

KAPALA Florence, Burnout parental : quel rôle pour la promotion de la santé ? Dossier, Education santé, n° 352, 2019-02, pp. 7-13

[http://educationsante.be/media/filer\\_public/59/cd/59cde9c0-1043-49cc-93cf-24fdea9ee4f3/es\\_352\\_br.pdf](http://educationsante.be/media/filer_public/59/cd/59cde9c0-1043-49cc-93cf-24fdea9ee4f3/es_352_br.pdf)

---

#### Ouvrage

LECORNET Elise, MELOT Corinne, Le burn out parental en 100 questions/réponses. Toutes les questions que peuvent se poser les parents, Ellipses, 2019, 144 p.

Commentaire : Cet ouvrage apporte des informations et une définition du burn out parental, puis en décrit les facteurs de risque et les symptômes physiques et psychiques. Les auteures, ensuite, se fondent sur leurs expériences dans l'accompagnement de la gestion du stress et des émotions ou de la conciliation vie privée-vie professionnelle, pour proposer des pistes de solutions aux parents et les aider à (re)trouver un équilibre de vie.

---

#### Article

LUALABA LEKEDE Anoutcha, Le burn-out parental. Quand élever et éduquer font mal, Bruxelles santé, n° 91, 2018-07, pp. 7-13

[https://questionsante.org/wp-content/uploads/2021/08/20210810\\_pub\\_bxlsante91.pdf](https://questionsante.org/wp-content/uploads/2021/08/20210810_pub_bxlsante91.pdf)

---

#### Ouvrage

MIKOLAJCZAK Moïra, ROSKAM Isabelle, Le burn-out parental. L'éviter et s'en sortir, Odile Jacob, 2017, 192 p.

Commentaire : Dans cet ouvrage sur le burn-out parental, les auteures recensent les causes qui entraînent l'épuisement physique et émotionnel des parents. Partant de l'expérience de parents

suivis, elles proposent des pistes de compréhension afin non seulement d'éviter le mal-être et de s'en extraire et de cesser toute culpabilisation excessive.

---

#### Ouvrage

GUSTIN Pascale, MAGOS Vincent, SEVRIN Claire-Anne, Naître parents, Yapaka.be, 2016, 78 p.

Commentaire : Avec la campagne "Naître parents" initié par Yapaka, ce livre prend le pari de raconter cette aventure qu'est la parentalité et la diversité des sentiments qui surgissent à la naissance d'un enfant en traversant des thèmes comme la transmission des générations, la peur de devenir père/mère, des amitiés qui se dénouent au profit d'autres rencontres, des responsabilités quotidiennes, des souvenirs d'enfance qui réapparaissent, du besoin de faire un break de temps à autre,...

<http://www.yapaka.be/sites/yapaka.be/files/livre-naitreparent-web.pdf>

#### **LES SITES RESSOURCES**

- Site des 1000 premiers jours

<https://www.1000-premiers-jours.fr/fr>

- Site de la CAF – 1000 premiers jours

<https://www.caf.fr/allocataires/caf-de-l-essonne/actualites-departementales/1000-premiers-jours-de-l-enfant>

- Site Mon enfant.fr

<https://monenfant.fr/>

- Site de l'Assurance Maladie

<https://www.ameli.fr/alpes-de-haute-provence/assure/sante/themes/1000-premiers-jours-enfant/1000-premiers-jours>



Bib-Bop, la base de données spécialisée en éducation et promotion de la santé, a été entièrement remaniée avec un graphisme dynamique et une navigation optimisée. Créée en 2005 par le CRES, Bib-Bop, base bibliographique et base d'outils pédagogiques, est partagée par 38 centres de ressources en promotion et éducation pour la santé des régions Provence-Alpes-Côte d'Azur, Occitanie, Nouvelle-Aquitaine, Bourgogne-Franche-Comté et Normandie. Elle recense près de 23 000 références de publications scientifiques, techniques et méthodologiques et plus de 4 700 outils pédagogiques.

Consulter Bib-Bop

<https://www.bib-bop.org/>

# DIF *en* LIGNE

## le catalogue des documents de diffusion

Un catalogue des documents de diffusion créé par l'ensemble des CoDES et du CoDEPS de la région PACA. Il recense l'ensemble des documents (brochures, dépliants, affiches, cartes, autocollants disponibles dans chaque CoDES.

[Consulter le catalogue Difenligne \(codes04.org\)](http://codes04.org)

Tous ces documents sont disponibles sur simple demande auprès du Co.D.E.S. 04 dans la limite des stocks

Contact : Mme MAUREL Valérie, Assistante de gestion administrative, chargée de documentation et communication

Téléphone : 04 92 32 61 69

Mail [vmaurel@codes04.org](mailto:vmaurel@codes04.org)

Courrier : 42 Boulevard Victor Hugo 04000 DIGNE LES BAINS